

真诚的心理学解释 心理学书籍初中的读后感(模板5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

真诚的心理学解释篇一

自尊就是感到自己的`人生过的有价值、有意义，而价值和意义则来源于每个人与众不同的文化世界观。这节读书会刚好读到了物质世界观与文化世界观。在课后练习中有这样一道题，假如未来生命时光中，你还剩余100份精力，你会怎样分配？其中列举了具体的物质世界观中的部分：谋生、享受财富；抽象的文化世界观中的部分：亲人、审美、服务社会民众、求知和政治理想。让我最想说、最有感触的是文化世界观中“服务社会民众”这一部分。最近河南郑州的水灾尤为使人忧心，每个人都在尽自己所能去帮助河南同胞。据有关报道：其中一些老牌企业，如，鸿星尔克每年都是负收益，还是拿出五千万捐给灾区、汇源果汁濒临破产，负债累累的情况下，凑出一百万捐给灾区，还有总部位于河南的蜜雪冰城也捐出巨资，当然不止这些企业，也不止这些人，还有很多网络博主也捐出各种物资来帮助河南同胞度过这次灾情。还有很多消防救灾人员，就算脚被水泡的浮肿发白，也没想过放弃，有很多消防员和我们一样大，很多大学生志愿者也尽自己所能去参与救援。所以我也想尽自己的绵薄之力，哪怕只能起到一点点作用，我找到了微信的捐助平台，捐助了300元，虽然很少，至少也是尽了自己的一份力量。

我觉得我们既然出生在这个和平、互帮互助的社会，每个人都应该有“社会责任感”。尽自己的一份力量去回馈于社会。

投身于服务社会、服务人民的实践，是实现人生价值的根本途径。

真诚的心理学解释篇二

捧着心理咨询师考试用书看，越来越有兴趣。以前一直对心理学感兴趣，侧重于测试自己是属于何种类型以及判断的对错和补救措施等，片鳞只甲的了解。今想考心理咨询师，先暂且不花大钱交培训费，认真去看看书参透一番，再做打算。呵呵，表扬自己，这时间的学习状态真棒，坐在瑜伽垫上，挺胸收腹，蛮深沉的。

摘录了书本中的2个观点：

1、阿希的从众研究：情境很模糊时，人们进行客观判断的把握性下降，容易选择从众。另一方面，如果在群体中再加入一名真被试者，从众的比例会明显降低。说明，如果个体的判断受到支持，哪怕是少数人的支持，他也会更好地抗拒群体的压力。

2、关于青春期的理论观点：“有的社会允许小孩看到成人的性活动，目睹婴儿出生，接近临终者，从事重要的工作表现出自信的甚至具有支配性的行为，做性别游戏，以及确切地知道成人做些什么事情，在这种社会里，青春期就相对没有什么区别。在有些类似我们自己的社会里，人们认为儿童和成人有很大的区别，对他们有完全不同的要求，使他们避开成人的生活免除他们许多责任，从童年期到成人期的转变并不是连续的，结果就显得紧张得多。”班杜拉写到“如果一个社会把十几岁的少年称为青少年，并且期望他们在行动表现中具有反抗精神、变化莫测、草率从事及行动粗野，如果这种形象由宣传工具反复强化，那么，这种文化对青少年的期望会迫使他们变成反抗的角色。这样，一种错误的期望就可能起着唆使和保持某些角色行为的作用，反过来，又加强了原来那种错误的信念。”

我绝对是一个从众的人，我的判断力弱，容易跟随着自己轻信的人。老公经常说，你傻乎乎一个，被人卖了还帮人家数钱。幸好我遇人淑，没有吃大亏。

畅每天晚上要爸妈吻他，拥抱，心贴心的。由原来的强制我们去做，变成我自觉自愿去kiss他。这种美好确实难以形容，以至于老妈正在忧虑，这个黄金时代什么时候结束，接下来又会是什么情景呢？青春期就要到来，听到初中生吸烟、打架斗殴，贪婪的文化无孔不入。

可能女孩子的母亲更烦恼，“性”，古话说，女的得一陀，男的涮涮脚。

如果你看过人性的弱点你就知道，这书是教你怎么和人相处的。该书的唯一目的就是帮助你解决你所面临的最大问题：如何在你的日常生活、商务活动与社会交往中与人打交道，并有效地影响他人；如何击败人类的生存之敌——忧虑，以创造一种幸福美好的人生。如何更好的在生活中变得快乐当你通过本书解决好这一问题之后，其他问题也就迎刃而解了。

而人际心理学就使你怎么和人更加好的交流，交流不仅仅是语言的交流，而更重要的是心理的交流。使你在交流上处于不败之地。人际关系是一个复杂的系统，具体包括人际知觉、人际情感、人际行为三个支系统。本书根据人际关系的内在结构，从心理学的视角，以具体、细腻、灵动、隽永的笔触，详尽地阐释了人际认知、人际印象、人际魅力、人际冲突、人际沟通、人际交往等原理与技能，融学理性、应用性、文化性和文学性于一体，不乏哲理与文采，耐人寻味。本书作为高校辅修课教材，供各高校选用，亦适合社会各界同仁，尤其是青年学子、管理人员、社会活动人士及教育工作者阅读、借鉴，为人生快乐、事业成功、组织发展、社会和谐扬起一面风帆！

真诚的心理学区解释篇三

《人性的弱点》一书作者是被誉为“成人教育之父”的来自美国的卡耐基，正如书中作者简介介绍在20世纪上半叶的美国，当经济不景气、不平等，战争等恶魔正在磨灭人类追求美好生活的心灵时，卡耐基先生以他对人性的洞见，利用大量普通人不断努力取得成功的故事，通过他的演讲，他的演讲和著作唤起无数陷入迷惘者的斗志，激励他们取得辉煌的成功。正是这篇简介，使我产生浓厚兴趣想要了解，这里面究竟写了什么，竟会有如此大的力量。这段时间读了卡耐基的《人性的弱点》，让我受益匪浅。在这样深夜，读这样的书，像是在品尝一场美味的人生盛宴，自得其乐。要将这种感觉说出来，还真是只可意会、不可言传了。它就像一面镜子，帮助我认识自我，了解自我，从而完善自我，驾驭自我，成为一个善于经营自己生活的成功者。漫漫人生路，它让我在看清来路的同时，更清楚自己在面对怎样的未来。

《人性的弱点》是卡耐基思想与事业的精髓，全书通过栩栩如生的故事和通俗易懂的原则，从人性本质的角度，挖掘出潜藏在人体内的60大弱点，一个人只有认识自己，不断改造自己才能有所长进，直至成功！卡耐基写得并不是很深奥的，写的都是平常的小事，但书中又嵌入了卡耐基的艺术灵魂。他对这些小事作出的反应，是我从未想到过的，使我的心灵受到了震撼，也使我感到自己是那么渺小。世界并不会因为失去卡耐基而停止转动，却因为有了他而转得更好。卡耐基先生以他对人性的洞见，利用大量普通人不断努力取得成功的故事，通过他的演讲和书，唤起无数陷入迷惘者的斗志，激励着我们后人不断取得辉煌的成功。

真诚的心理学区解释篇四

作者从科学的角度论到：人的心理是人脑对客观现实的主观能动的反映，只有客观事物作用于脑，才有心理现象。有脑，无客观刺激，无心理现象；有客观刺激，无脑，也无心理现

象。心理现象来源于不以人的意志为转移的客观现实（自然和社会）。所以人的心理发展主要受到社会生活条件的影响，具有明显的社会性。心理是人内在的神经系统对外在客观的刺激从而产生的心理的现象，是条件的反射。

从作者的论述中，我们可知作者是从纯科学的角度来论述人心理的现象。即是从科学的角度来了解人的心理现象，就不难有所偏差。因为我们知道人是一个有自主权，有思考能力，有创造性、有感情、有意志的有位格的活人。是有机性的在不断地变动中的人，有控制、改变、改造环境、外在条件的能力与智慧。人的内在是绝对有自主能力的，在不受外在条件刺激的情况下也会有心理的活动。从实际的例证上我们也看到，人的心情、行为，常常不是受到外在客观条件的刺激而产生的。而是人本身心理的反应，是人里面的那个能动性的心理来控制自己的行为与感情。有的时候外面的条件、环境是非常美好的、快乐的，但是有的人虽身在这样的条件刺激下却没有开心、快乐的心理现象。反之亦然，有的人生活在极其困苦的环境中或是在面临死亡的境况中但是他没有因此而有害怕、恐惧的心理现象，反而非常平安、平静、不觉痛苦而是欢乐。从这两个方面我们可知，人的心理反应与心理产生的现象不是外在条件的刺激与客观事物的刺激，而是人心理本身的动力产生的。从神学上来说，乃是因为人有灵魂，人的心理是根据人的灵魂来的。所以作者研究心理学的出发点就是错的，根基是错的结果必然是错的。

那么说心理学一点用处都没有了吗？不然，虽是人在自我封闭的系统里面产生出来封闭的思想学科。但还是对于人类有重大的贡献的，对于人心理的疾病的医治与人本身各个方面的发展是有些许帮助的。从作者对注意、气质、性格、能力等等的了解与研究，我们发现人在这些形成的过程中受到了多方面的影响与制约。从而我们就可以利用外在的条件与环境来塑造一个人，影响一个人及引导人的心理发展。从对心理学的了解与认识，我们也可以看到心理学对于关怀人的事工上有很大的助益。了解了心理学，知道人心理的反应，就

可以根据其心理的反应适时地引导与归正。诚如作者所说：人的心理倾向性是推动人进行活动的动力系统，是个性结构中最活跃的因素，它决定着人对周围世界的认识和态度。如果我们正确的引导人的心理，就可以把人带到一个对世界有正确认识有正确态度的人。心理学虽是在封闭的系统里面的学科，但也可以让人在封闭的系统里生活得更好。

如果，心理学由一个有开启系统思想的人来重新架构的话，我想对人类会是一个更伟大的贡献，对于人的心理问题也可以根治了。心理学固然是有益的，对于我们这些活在开启系统里面的人有开启系统思想的人来说。学了心理学，在以一个开启的思想系统去应用启不是对心理学的应用更有用吗？心理学家在封闭的系统里面研究心理学而只能知道问题没有能力解决本质的问题，只有有开启系统的有信仰的人才能知道问题而又能解决问题。这么说来，心理学在信仰的当中也是有一定用处的，但要在信仰的管理之下来运用。从心理学来发现、研究人心理的问题，以神学信仰来解决人的问题。

所以说，我们应当把心理学放在应当放的位置上。心理学可以是神学、信仰的仆人，可以让信仰从心理学这条路来了解人的问题从而解决人本质的问题。心理学是神学与信仰的仆人，心理学没有神学与信仰来指引方向会迷失在封闭的系统里面；心理学服在神学与信仰的下面才会发挥更大的作用。

在听胡媛艳和葛纓两位老师讲课的时候，总会多次听到两位老师谈到《积极心理学》这本书，于是我对它产生了一些兴趣，这个月把它从图书馆借出来，阅读一番，并写下这篇读后感。

积极心理学，以“愉悦与幸福”为主题、关于美好生活的一门科学，着重研究那些能使生命更有价值意义的东西。这本书主要描述了积极心理学的概况以及内化动机，第一是介绍人们获得积极体验的方法，第二是指导人们如何增强这种积极体验以形成良好的人格特征，第三是如何运用到建设积极

的人性化的社会制度上，从而达到社会的和谐发展。

我在看了这本书之后，还是思考了一些东西：第一是认识自己方面。人们总是要面对恐惧、悲伤、焦虑等各种情绪，因此，在遇到这些负面的情绪时要积极地面对。就像这学期，事情多且杂乱，基本上每门课都要做课堂报告，还有实验课的实验，水电校的工作，对于各种考核的准备。难免产生一些负面情绪，但还得去面对，面对了才能做好。第二，活动方面。无论学习还是生活，在参与活动时要积极做好本分工作，这才能使活动既愉快又有意义。还是以这学期为例，各种任务都是分组完成，只有先做好自己本分才能去帮助别人，促进团队任务的完成。

第三，态度方面。快乐与否在大多数情况下取决于自己的主观意识。态度不同，心情自然也不同。要努力纠正自己身上所出现的各类情绪和行为问题，来建构完善的世界观、价值观和人生观，正确的方向努力，要有良好的学习态度。第四，身体方面。身心需要和谐发展，因而坚持锻炼、充足睡眠、健康饮食习惯都会对身体和精神健康大有益处。没有健康的身体就不能积极地去面对生活，尤其是到了大三，没有了早、晚自习的限制，就更加颓废，也没有锻炼。因此要改正自己不良的生活习惯和学习习惯。

除了对自己的思考，这本书还引导我对社会层面的思考，我觉得当前的大众文化，及主流媒体取向，有两个方面的特点：

第一是过于关注、赞扬，以金钱为意义核心的成功标准，并以此为基础的成就建设、工作取向、物质享乐；忽视了对于道德修养、灵魂信仰、生命归属感等精神世界的思考与讨论。整个社会，多了一些浮华，少了一些深刻。

第二是太过局限于对社会、人性问题，缺点及阴暗面的发掘与批判，就像一个演员的出轨，一个知名运动员的出轨，弄到全国人民都知道，沸沸扬扬。

整个社会，多了一些阴郁，而少了一些对于美好生命的关注。在科技极速进步、物质极大繁荣、人类愈加富裕的同时，生命厚重感的缺失，以及幸福快乐的减少。这说明了人们在不断满足自身欲望的过程中，心灵却更加空虚起来，只能再次投身到谈论批判别人的过错，成为一些制造网络暴力的键盘侠。而炫耀、攀比性的物质消费，便似乎成了主要的精神安慰。

家庭、爱情、友谊、人际关系，在金钱文化的冲击下，逐渐走向功利、淡漠。在人际关系圈不断扩大的同时，是更多的寂寞与孤独。在社交媒体网络泛滥的今天，是我们明辨是非能力的下降。我们的思考能力在不断地丧失，变得轻信、盲目。

在对待社会问题及自身的幸福感缺失的过程中，我们已对周围的一切事物形成习惯性抱怨、随性地批判的行为模式。却没有思考问题的产生本质，以及如何解决自身存在的缺陷。社会财富大量累积，却使得生活安全感在不断丧失、生存压力在迅速增大。在为工作、生存而愈加勤奋、辛苦的同时，身体、思考、道德、灵魂的惰性，却在工作之余的生活中不断增加。

金钱，已成为信仰。而这种信仰，存在于整个社会，甚至充满着我们国家整个教育体系，学校教育，家庭教育都可以体现。从小爸妈让我们努力读书，读书的目的呢？是为了挣钱。从小老师让我们努力读书，读书的目的呢？是为了提高升学率，好挣钱，当然也为了我们以后能考上好大学，考上好大学的目的呢？是为了更好的挣钱。现在到了大学，满眼是各种技能训练，训练当然是为了让我们变得更厉害，可目的呢？是为了学校的名气，为了挣钱。技能训练当然是重要的，可是思想的教育更不能缺少啊。

金钱，已成为信仰。而这种信仰，却不能成为我们灵魂的归宿。待到生命的临终之时，也许才终会发现，什么样的东西，

是美好的。人活着，究竟为了什么？有什么意义？我想要什么？我究竟应该怎么活？也许只有明白了这些，在生命终了时，才不会为了虚度光阴、错过了什么而悔恨。

人活着，究竟为了什么？有什么意义？我想要什么？我究竟应该怎么活？也许只有明白了这些，在生命终了时，才不会为了虚度光阴、错过了什么而悔恨。

求不得，放不下，欲海无涯，一切皆为虚幻。我们则沉迷其中，无法自拔。好似沉迷在一个巨大的人生游戏中，而这游戏规则由极少数人所制定。绝大多数都从未怀疑过这套游戏规则，至始至终，在痛苦中挣扎。

我，偶尔思考。

真诚的心理学区解释篇五

突然有一天，有一个年轻人来到了这个村庄，找到了地主家，跪在地主夫妇面前，说那个孩子是我的。原来他女儿跟外村人一个青年在相遇当中产生了爱的火花，但是那个时候正统，女儿不敢面对，要面对那个男生可能就有生命的代价。后来全村人都震惊，她的父母更加震惊，愧心，就带着他们这个家族的人来到这个破庙，见到这个老和尚，老和尚还是那句话：“阿弥陀佛，善哉善哉。”小朋友长大了7岁了，也站在旁边说：“阿弥陀佛，善哉善哉。”结果全村的人他的父母就问他：“老和尚啊！你为什么当年不讲呢？不解释呢？你受了这么多的委屈，你为什么一句话都不解释，你为什么这么傻，甘心承担这一切呢？”老和尚笑了笑说：“施主，当你的女儿说我的时候，她一定希望我能救渡她，她一定是走投无路了，佛家以慈悲为怀。”

就这样发生了什么事呢？就这样这个庙宇他们捐钱，马上修得很漂亮很好，又重新觉得这个大师太棒了，就供养他。这件事不算什么，奇怪的是这件事情一传开，外村的人，以及

更远更远的外村人都翻山越岭、日夜兼程来供养这个老和尚，来向这个庙来捐款，说这里有一个真正的高僧大德啊？庙就这样的辉煌起来了。

锁定成交

一个女孩子找我面试营销总监，我让她熟悉了一个资料，打个电话过去。她大概熟悉了能有一刻钟，电话打过去了。王总，您好！我是首届“国际营销节”组委会的小钱，向您特别报告一个好消息，首届国际营销节马上就要在北京国际会议中心隆重的开幕了。美国的科特勒会来演讲，听君一席话，您会胜读十年书。有三十多位营销界的大腕会出席这个活动并做主题发言，三天两夜的这样一个活动，您一定会有很大的收获。另外像蒙牛、格兰仕、红塔这样大的集团都会派营销的总监或副总过来，您会交到一批上档次的朋友。有五十多所大学会派义工过来，您会选到一批好的人才。有几十家媒体会对这次活动进行报道，您会建立一个媒体的平台。我刚想给她伸大拇指，这的确是高材生，总结能力很强。就没想到她到最后说这样的话：王总这么好的机会希望你来参加奥，请你好好考虑考虑。那边自然说好好好，我考虑考虑。电话“棒”一下挂掉了。

我说小钱，我不是我贬你，你根本不会做销售，你连最起码的close动作都不知道。沟通是从让别人连续认同你开始的。我就大概教了他三分钟，电话重新打过去：王总您好！我就是刚刚给你打电话的首届国际营销节组委会的小钱，那边说：你好。王总您刚才说您要对这次活动考虑考虑是吧？他说是呀，我要考虑考虑。王总您说您要考虑考虑，说明你对这次活动感兴趣了是吧？那边说是呀，我感兴趣了。王总你说你要对这次活动考虑考虑该不是为了搪塞推脱我吧？他说不是为了搪塞推脱你。那是我漏讲了什么，还是哪儿没有讲清楚，才让你犹豫不决，说要考虑考虑？他说没有呀，你讲得够清楚的呀。那王总你这么大的企业该不是为了这几个小钱的问题吧？他说不不不，这几个小钱对我来说算什么。她说那我

把票和资料送过来啊。那边说好好好你送过来吧。

沟通趣事

部队上有一位领导转业特别早，他不是因为能力不行，而是因为沟通确实有问题。底下文书给他写好的稿子，他照着念都有问题。

有一次延边歌舞团来部队慰问演出，下面文书给他写好了稿子：“延边歌舞团长途跋涉，冒着风雪来我部慰问演出，让我们用热烈的掌声向他们表示衷心的感谢和欢迎。”这稿写得没问题吧。让他一念给念完了，他断句给断错了。他是这么念的：“延边歌舞团长，途跋涉，冒着风雪来我部慰问演出，让我们用热烈的掌声向他们表示衷心的感谢和欢迎。”底下战士一听都不太愿意鼓掌，来的团长我们看什么节目。底下人就捅他，说首长念错了。这一捅他更紧张了。念到最后把错别字也念出来了：“只要我们军民团结如一人，侵略者胆敢侵略我们，我们就“狼狼”的打击他。底下人又捅他说，首长又念错了，不念“狼”，念“狠”。他一拍桌子急眼了，说：狼他妈也够狠的啦！

上医说治国的，中医是治人的，下医才是治病的。人家采访扁鹊，问你们家三兄弟谁医术最好，扁鹊毫不犹豫的说，我大哥医术最好。人家问他，那他为什么不出名呢？扁鹊说，我大哥治病于未发，就是跟他混在一起的人根本没机会得病，他出什么名呢？扁鹊说，我二哥医术第二好，治病于微发，刚有点小毛病，他就给你调理调整好了，乡里乡亲的没有人得大病，所以他也不怎么出名。扁鹊说他自己为什么出名呢？不行的人了，该拉的拉，该锯的锯，该换件的换件，这些人都找他来了，所以他天下闻名。扁鹊说，我大哥治病，病人元气不伤，我二哥治病元气少伤，我给人治病，病人元气大伤过半，就算治好了，也是捡回来半条命，所以我的医术是最差的。